Funções:

Visão frontal

1. Regulador de sensibilidade de movimento: aumenta ou diminui a sensibilidade.
2. Botão HR/+ : Ajustar hora do relógio, peso e comprimento da passada.
3. Botão Min / - : Ajustar minutos do relógio, peso e comprimento da passada.
4. Reset
5. Botão Dist: Mostrar distância total e largura da passada.
6. Botão CALO: Mostrar calorias e peso perdidos.

Visão traseira

1. Presilha: Prenda o dispositivo ao cinto ou a roupa de forma segura.
2. Compartimento de Bateria: Utiliza 1 bateria LR43 de 1.5V.

SÍMBOLOS DO DISPLAY LCD

1. Relógio / Largura da Passada / Peso
2. Calorias / Distância percorrida

Protetor de bateria (remover apenas quando for usar)

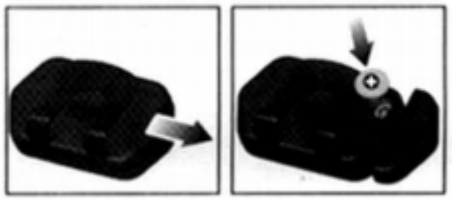
FITA DE ISOLAMENTO

Antes de começar a usar o aparelho, remova a fita de isolamento sob a tampa da bateria.

ATENÇÃO: O aparelho não funcionará sem que a fita seja removida.

BATERIAS

Este produto utiliza uma bateria LR43 de 1.5V. Quando for necessário trocar a bateria siga as instruções a seguir:

1. Gentilmente, pressione e empurre a tampa da bateria na direção indicada na imagem.
2. Substitua a bateria antiga por uma nova.
3. Recoloque a tampa.
4. 

ATENÇÃO: Preserve o ambiente, descarte a bateria esgotada em pontos de coleta adequados.

RELÓGIO

Pressione com objeto pontiagudo os botões HR / + ou Min / - para alterar Hora e Minutos respectivamente.

ATENÇÃO: Após ajustar o horário, aguarde 5 segundos para que o aparelho finalize o ajuste.

DISTÂNCIA

A distância percorrida é mostrada na parte de baixo do display LCD. Para maior precisão é recomendado que a largura da passada seja configurada.

1. Aperte o botão Dist até que a largura da passada seja exibida na parte de cima do visor.

2. Pressione com objeto pontiagudo o botão HR / + para aumentar ou Min / - para diminuir a largura da passada. (De 11 até 60 inches* ou 30 até 150cm)

* inches = polegadas

Se nenhuma alteração for feita durante 5 segundos, o display voltará para a exibição de horário.

CALORIAS

O cálculo preciso de calorias gastas depende de vários fatores. O Pedômetro PE318 utiliza o peso e quantidade de passos para mostrar apenas uma estimativa.

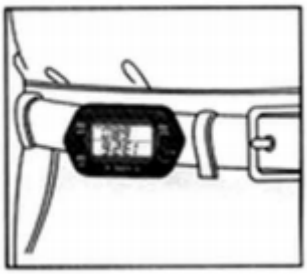
1. Aperte CALO até que o peso seja exibido na parte de cima do visor de LCD.

2. Pressione com objeto pontiagudo o botão HR / + ou MIN / - para aumentar ou diminuir o peso a ser inserido.

Se nenhuma alteração for feita durante 5 segundos, o display voltará para a exibição de horário.

ATENÇÃO: O peso pode ser configurado entre 65lbs até 340lbs (30kg até 150kg).

Posicionamento



Prenda o pedômetro na altura da cintura de forma segura, mantendo a posição horizontal, garantindo que o visor LCD fique na posição adequada, conforme a figura.

Como usar este pedômetro

Para retornar a tela do pedômetro para zero, pressione a tela RESET enquanto estiver no modo STEP.

OBS.: Para tornar o pedômetro mais ou menos sensível ao movimento, reposicione o interruptor de sensibilidade de movimento. Consulte a seção sobre como ajustar a sensibilidade de movimento para mais informações.

OBS.: O posicionamento inadequado do pedômetro pode resultar em coleta de dados incorretos.

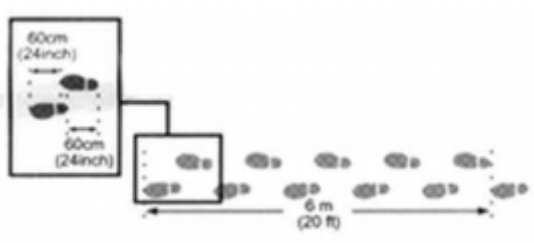
Medir a distância corretamente depende de definir corretamente o comprimento médio de um passo individual (comprimento do passo) do usuário.

1. Pressione DIST até que a distância percorrida é visualizada no visor LCD.

Para reiniciar o contador de distância, pressione o botão RESET enquanto estiver no modo de exibição DISTANCE.

Distância total = número de passos x duração média de cada passo

OBS: O comprimento do passo individual varia de indivíduo para indivíduo. Para determinar a comprimento do seu passo, ande 10 passos e divida a distância percorrida pelo número 10.



O contador de calorias é uma excelente maneira de estimar o número de calorias gastas durante uma rotina de exercícios.

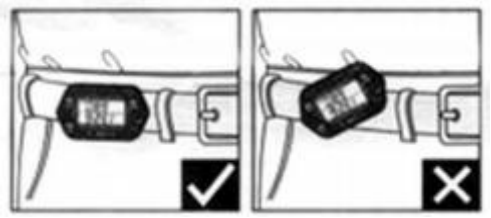
1. Pressione CALO até o número de calorias gasta é visualizado no visor LCD.

Para reiniciar o contador de calorias, pressione RESET no modo de exibição CALORIE.

Siga as instruções abaixo para ajustar a sensibilidade de movimento do pedômetro e garantir leituras precisas.:

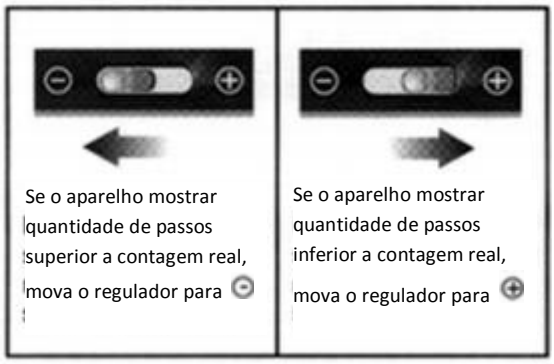
1. Coloque o interruptor no centro.

2. Posicione o pedômetro corretamente e prenda-o ao cinto ou cintura.



3. Reinicie o pedômetro.

4. Caminhe em ritmo normal, por pelo menos 100 passos para fornecer uma sensibilidade de movimento mais precisa.


Se o aparelho mostrar quantidade de passos superior a contagem real, mova o regulador para
Se o aparelho mostrar quantidade de passos inferior a contagem real, mova o regulador para

5. Ajuste o regulador se o ritmo da caminhada for alterado. Repita os passo 2 até 5 até obter uma leitura precisa.

As seguintes condições podem causar a leitura incorreta dos passos:

1. Ritmo de caminhada irregular, como por exemplo caminhar em lugares com piso irregular ou em meio a lugares com muitas pessoas.
2. Movimentos constantes para cima e para baixo, como sentar e/ou levantar, correr, pular ou subir/descer escadas ou ladeiras.

Este produto foi desenvolvido para durar anos, se utilizado adequadamente. Observe as seguintes orientações:

- O produto é considerado a prova de chuva, no entanto NUNCA deve ser imerso em água. Isso pode causar curto-circuito e danificar o aparelho.
- Não sujeite o aparelho a pressão extrema, impactos ou grandes variações de temperatura ou umidade.
- O produto suporta quedas de aproximadamente 1,20. Porém, é extremamente recomendado evitar tais quedas.
- A abertura do aparelho invalida sua garantia e pode causar danos.
- Não misture baterias novas e antigas ou baterias de diferentes tipos.
- Não utilize baterias recarregáveis neste produto.
- Remova a bateria se não for utilizar o produto durante um longo período de tempo.
- Não arranhe o visor LCD.
- Leia atentamente o manual de instruções antes de utilizar o aparelho.

O conteúdo deste manual e as especificações técnicas estão sujeitas a mudanças sem prévio aviso. As imagens são meramente ilustrativas. Não faça nenhuma alteração ou modificação neste produto. Mudanças não autorizadas invalidarão a garantia.

Contagem de passos: 0 até 99.999 passos.

Distância percorrida: 0 até 999,99 milhas (0 até 999,99km).

Largura da passada: 11 até 60 inches* (30 até 150cm).
*inches = polegadas

Calorias: 0.1 até 9999,9 kcal.

Peso: 65lbs até 340lbs (30 até 150kg).

Dimensões do produto: 65x40x14mm (CxLxA).

Peso do produto : 24 gramas.

Temperatura interna suportada : -5° até 40°C.

Temperatura de armazenamento suportada: -20° até 60°C.

Baterias: 1 x LR43 1.5V.

Duração aproximada da bateria: 1 ano.